قواعد حقوق بین المللی بشری و کمک های اولیه

د نړیوال بشري حقوقو قواعد

او لومړنی مرستي



Rules of International Humanitarian Law & First Aid

Dari and Pashto Version



اسم / نوم ------

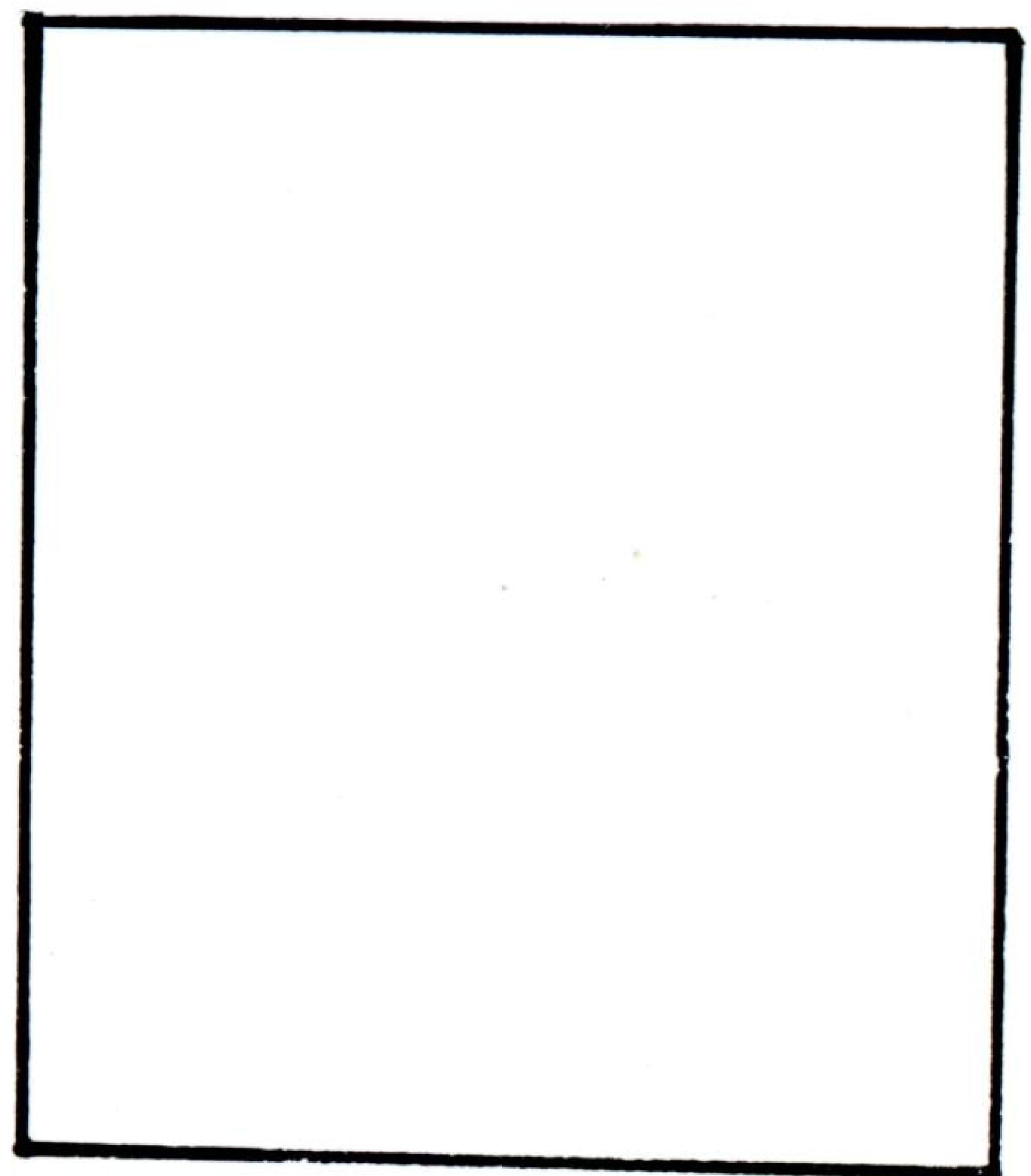
ولد / د پلار نوم ------------

سن / عمر ---------

آدرس / پته ---------

گروپ خون / د وینې گروپ ---------





محاربین در حالت جنگ باید:

۱- تنها با محاربینی جنگ کنند که علیه آنها می جنگند.

۲- تنها اهداف نظامی را مورد حمله قرار دهند.

۳- اشخاص و اهداف ملکی را حمایت کنند.

۴- با در نظر داشت ایجابات وظیفوی تخریبات را محدود سازند.

د جګړې په وخت کې باید جګړه مار:

۱- یوازې له جګړه مارو سره جګړه وکړي.

۲- یوازې پر پوځي هدفونو باندې یرغل وکړي.

۳- د ملکي خلکو او ځایونو ساتنه وکړي.

۴- د خپلو دندو وله غوښتنو څخه د زیاتو ویجاړ تیاوو مخه ونیسي.

محاربین تسلیم شدهٔ دشمن باید مورد حمایت قرار گیرند .



د دښمن تسلیم شوي جګړه ماران باید
خوندي وساتل شي .

با محاربین تسلیم شدهٔ دشمن باید رفتار انسانی نمائید.



له تسلیم شویو جگړه ماړا نو سره انساني
چال چلند وکړئ.

افراد تسلیم شدهٔ دشمن را باید به آمر ما فوق تان تسلیم دهید.



د دښمن تسلیم شوي جګړه ماران خپل لوړ

آمر ته وسپارئ .

افراد مجروح دشمن را مراقبت نمائید.



د دښمن د ټپيانو ساتنه او څارنه وکړئ.

افراد مجروح دشمن را باید جمع آوری نمائید و..



د دښمن ټپيان بايد راټول کړئ او...

به نزدیکترین مرکز کمک های اولیه انتقال دهید.



د لمړنیو مرستو ډېر نږدې مرکزته يې ورسوئ.

علامهٔ صلیب سرخ
و
علامهٔ هلال احمر
را محترم شمارید

این علامات :
پرسونل طبی و نمایندگان کمیته بین المللی صلیب سرخ
امبولانس ها و موتر های مواد امدادی شفاخانه ها و مراکز
کمک های اولیه را تحت حمایت قرار می دهد .

در جائیکه علامات فوق باشد حمل و نگهداری

سلاح  منع است .

سره صلیب د

د نښو د ډلې نه دی ويکړې.

او سره میاشتي

دا نښي:

طبي کارکوونکي او د سره صلیب د ټولنې والي

کمیتي استازي امبولانسونه او د مرستو د موادو موټرونه

روغتونونه او د لمړنیو مرستو مرکزونه تر ساتني لاندي نیسي.

چیرته چې دا نښه وي هلته

د وسلې وړل او ساتل منع دي.

بامحبوسین باید رفتار انسانی شود و فامیل های شان
از احوال آنها مطلع گردند.



له بندیانو سره باید انسانی چال چلند وشي
او کورنۍ یې له احوال څخه خبرې شي.

محبوسین باید مورد احترام قرار گیرند. رویه بد، شکنجه و اعدام دسته جمعی منع است.



باید د بندیانو درناوی وشي. ناوره چال چلند، ځورونې او چله ایزې وژنې منع دي.

محبوسین باید در جاهای مصئون نگهداری شوند.

مواجه ساختن آنها به خطر منع است.







بندیان باید په خوندي ځایونو کې وساتل شي.

له خطر سره د هغوی مخامخ کول منع دي.

افراد ملکی باید مورد احترام قرار گیرند و با آنها رفتار انسانی شود.



باید د ملکي خلکو درناوی وشي او انساني چال چلند ورسره وشي.

افراد ملکی باید مورد حمایه قرار گیرند چور و غارت اموال آنها منع است.



باید ملکي پوګړي خوندي وساتل شي، د ښمنو لوټول يې منع دي.

اشخاص ملکی باید حمایه شوند ، انتقام جویی و
گروگان گیری منع است .



ملکي وګړي باید وژغورل شي ، ېرغمل اخستنه
او یرغمل نیول منع دي .

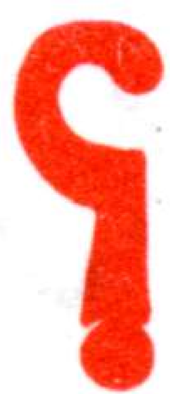
افراد ملکی اسیر شده باید به آمر ما فوق تسلیم داده شود.



نیول شوي ملکي وګړي باید لوړ آمر ته
وسپارل شي.

افراد لادرک

کمیته بین المللی صلیب سرخ از محبوسین و اسیران جنگی بازدید می نماید و احوال آنهارا بفامیل های شان میرساند.









بې دركه شوي وگړي

دسره صلیب نړیواله کمیته دجگړې له بندیانو او نیول شویو کسانو سره گوري او کورنیو یې ددوی له احوال څخه خبروي.

آدرس های دفاتر کمیته بین المللی صلیب سرخ در افغانستان :

دفتر کمیته بین المللی صلیب سرخ در کابل :

شهر نو چهار راهی حاجی یعقوب سرک وزارت ارشاد و اوقاف خانه نمبر ۱۰۱

مزارشریف : سرک اول کارته بخدی . مزارشریف - افغانستان .

هرات : سرک بانک خون شهر هرات .

جلال آباد : سرک پوهنتون ، ناحیه ۳ خانه نمبر ۲

کندهار : شهر نو - ناحیه شش . کندهار - افغانستان .

جمعیت افغانی سره میاشت : شهر آرا متصل ملالی زیزنتون کابل .

په افغانستان کې د سره صلیب نړیوالې کمیټې د دفترو نوآدرسونه :

کابل : د سره صلیب نړیوالې کمیټې مرکزی دفتر . نوې ښار د حاجی یعقوب څلور لارې ، دارشاد او اوقافو د وزارت سرک ۱۰۱ نمبر کور .

مزارشریف : لومړی سرک - بخدی کارته . مزارشریف - افغانستان .

هرات : دوېمې دبانک سرک ، د هرات ښار .

جلال آباد : د پوهنتون سرک ، دریمه ناحیه دویم لمبر کور . د جلال آباد ښار .

کندهار : نوې ښار ، شپږمه ناحیه . کندهار - افغانستان .

دافغاني سرې میاشتې ټولنې آدرس : شهرآرا - دملالی زېږنتون شاته . دکابل ښار .



قوانین بین المللی بشری و کمیتهٔ بین المللی صلیب سرخ

۱۶۵ کشور در سال ۱۹۴۹ عیسوی مطابق ۱۳۲۸ هجری شمسی میثاق یا کنوانسیون های ژنیو را امضاء کردند. این میثاق، کمیتهٔ بین المللی صلیب سرخ را موظف ساخته است تا بحیث یک موسسهٔ بیطرف:

۱- مجروحین جنگ را تداوی کند.

۲- محبوسین و اسیران جنگی را بازدید نماید.

۳- اشخاص ملکی را کمک نماید.

۴- اشخاصی را که در اثر منازعه لادرک شده اند، ردیابی و جستجو نماید و باین صورت همهٔ آنها را حمایت و مساعدت نماید.

بشري نړیوال قوانین او د سره صلیب نړیواله کمیټه

په ۱۹۴۹ عیسوي کال کې چې د ۱۳۲۸ لمریز هجري کال سره سمون لري، ۱۶۵ هیوادونو د ژنیو تړون لاسلیک کړ، د دې تړون د سره صلیب نړیواله کمیټه ګمارلې ده چې د یوې ناپیلې موسسې په توګه:

۱- د جګړې د ټپیانو درمل وکړي.

۲- د جګړې له بندیانو سره وګوري.

۳- له ملکي وګړو سره مرسته وکړي.

۴- د هغو وګړو پلټنه وکړي چې د جګړې له امله بې درکه شوي وي. او په دې توګه د هغو ټولو ساتنه او څارنه وکړي.

ماین ها و اشکال آنها

هرگاه شما کدام ماین ، قلم ، بازیچهٔ اطفال و هر چیز دیگر را در کدام جای در پیش راه تان می بینید :



۱- به آن دست نزنید و آنرا حرکت ندهید ؛

۲- پیش پای خود را با دقت ببینید تا بکدام سیم یا کدام چیز شناخته یا ناشناخته تماس نکند .

۳- وقتی چنین اشیاء را دیدید قدم بقدم بطرف عقب برگردید و ساحه را نشانی کنید .



۴- مستقیماً نزد نفر با صلاحیت بروید و از محل خطر برایش اطلاع دهید .

۵- بمردم بگوئید که به آن طرف نروند .

۶- تا زمانیکه شخص با صلاحیت از امنیت محل خطر اطلاع نداده است به آن طرف برنگردید .

گشت وگذار در شب = خطر مرگ

ماینونه او ډولونه یې

هر کله چې تاسې ته کوم ماین ، قلم ، د ماشومانو د لوبو څیزونه او یا څه نور شیان په کوم ځای کې مخې ته درشي :



۱- لاس پرې مه وهئ او مه یې خوځوئ .

۲- په لاره کې چلې مخې ته ځیر شئ چې کوم تار، سیم یا کوم بل آشنا یا نا آشنا څیز سره ونه لګیږئ .

۳- کله چې مو دغسې شیان ولیدل ځای یې په نښه کړئ او ورو ورو شا ته راشئ .



۴- سمدلاسه واکمن سړي ته ورشئ او د خطري ځای په هکله خبر ورکړئ .

۵- خلکو ته ووایئ چې هغې خواته لاړ نه شي .

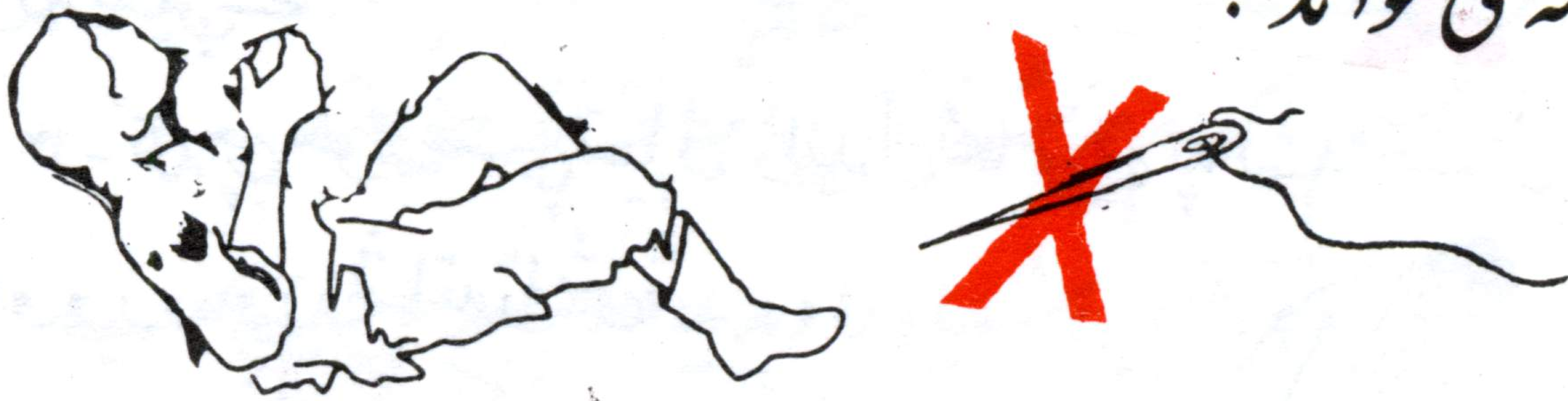
۶- ترهغې چې واکمن سړي د خطري ځای د امن کیدو په هکله خبر ورکړی نه وي هغې خواته مه ورځئ .



په شپه کې ګرزیدل راګرزیدل = د مرګ خطر

احتیاط

دوختن زخم های جنگ در خود ساحه توسط کارمند کمک های اولیه توصیه داده نمی شود. زیرا زخم های جنگ به جراحی خاص ضرورت دارد. انتی بیوتیک ها، و دوا های ضد مکروب جای جراحی خاص را گرفته نمی تواند.



احتیاط

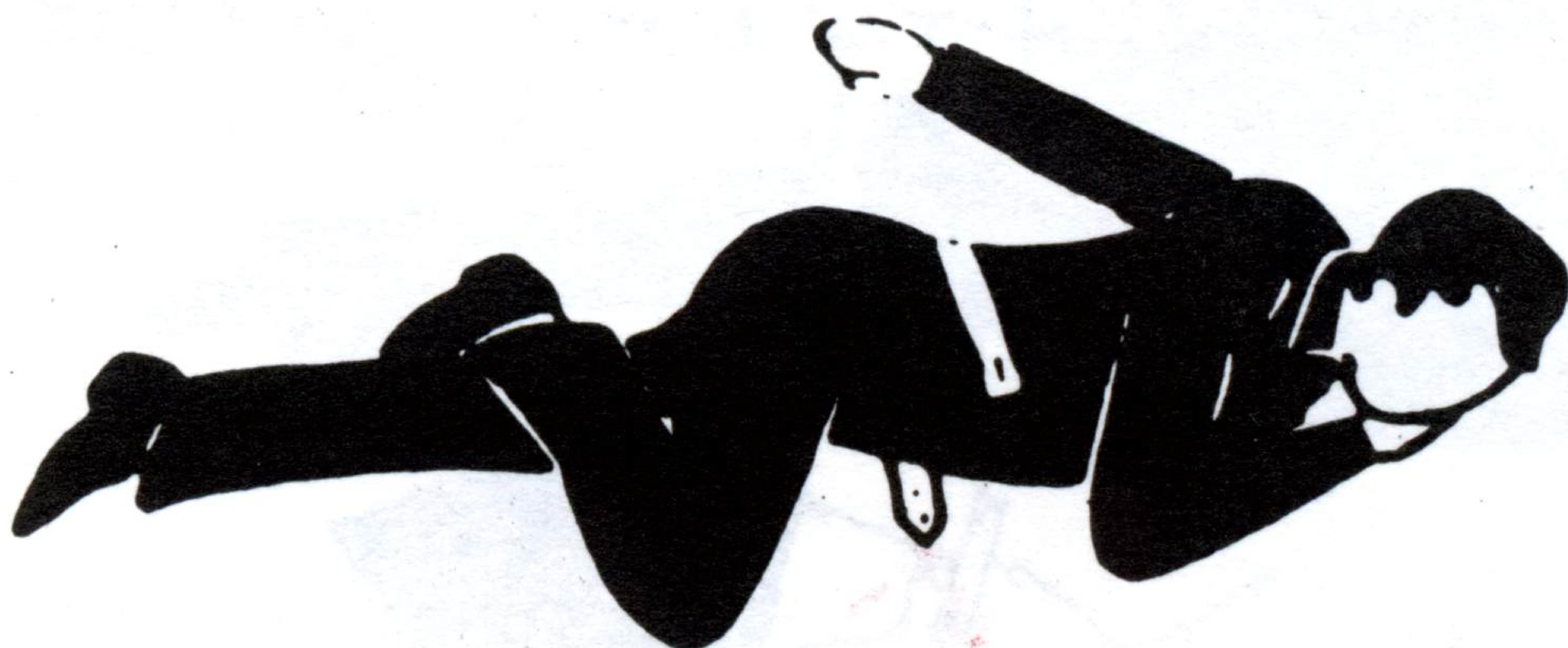
بنایې د لومړنۍ مرستې کارکوونکي له خوا د جګړې د ټپونو ګنډل د جګړې په سیمه کې سرته ونه رسیږي. ځکه چې د ټپونو ګنډل ځانګړې جراحۍ ته اړتیا لري. انتي بیوتیکونه او د مکروب وژونکي درمل د ځانګړې او خاصې جراحۍ ځای نیولی نه شي.

بیهوشی

مریض بیهوش را مطابق شکل ذیل به پهلو قرار دهید تا مجرای تنفسی اش باز باشد.

بې هوښي

بې هوښه نارو غ له لاندې شکل سره سم په اړخ داسې څملوئ، چې د تنفس کولو لاره ئې پرانیستې وي.



توقف خونریزی بیرونی

همیشه خونریزی های بیرونی، با وارد کردن فشار بالای محل زخم متوقف شده میتواند.

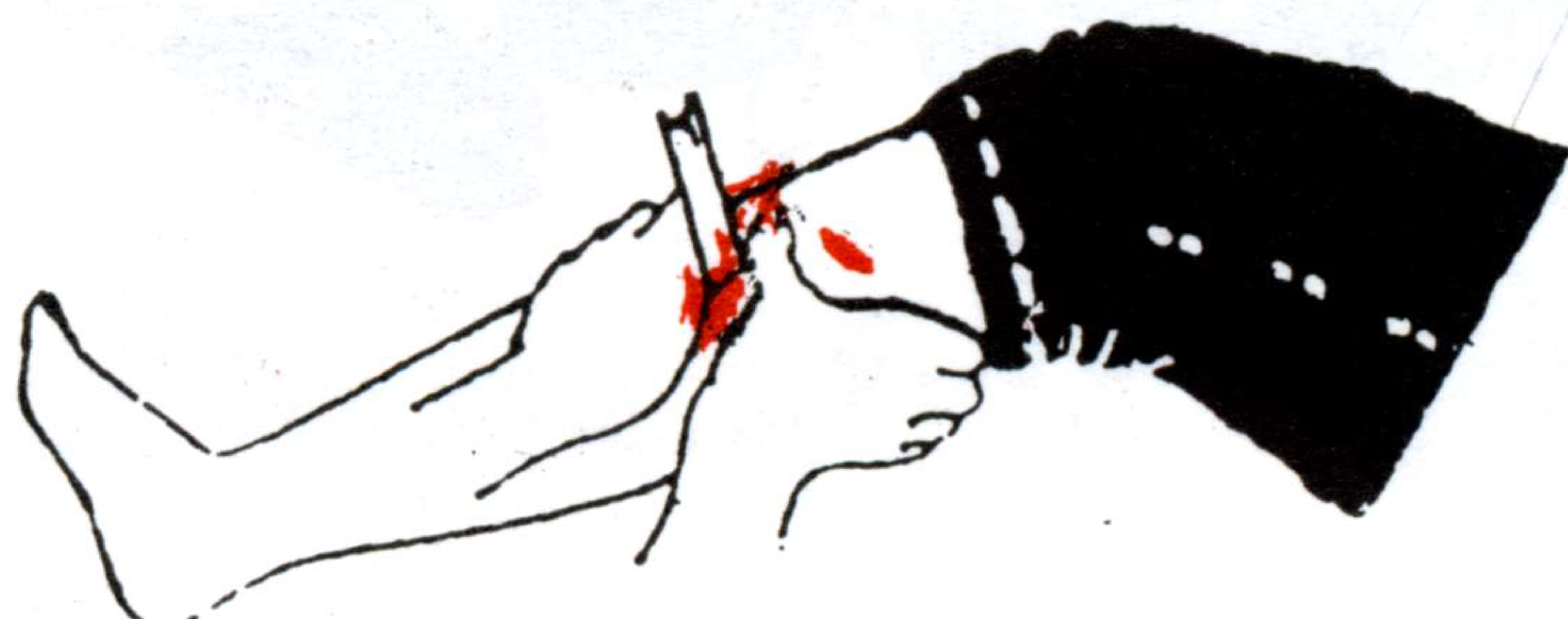
۱- دست ویا پای مجروح شده را بلند بگیرید و با دست پاک محل زخم را محکم گرفته فشار دهید.

۲- بعد یک توته تکه پاک را بالای آن گذاشته با بنداژ آنرا بسته کنید.



بنداژ را بسیار محکم بسته نکنید، زیرا جریان خون را درعضو مجروح شده مختل میسازد.

۳- اشیاء خارجی را که درعضو فرورفته وسبب جراحت شده از جایش بیرون نکشید.



د بدن څخه بهرته وینې بهیدلو بندول

د بدن څخه بهرته وینه بهیدل تل د ټپ د ځای د ټینګ

نیولو له امله د رېدای شي .

۱- د ټپي لاس یا پښه پورته کړئ او په پاک لاس د ټپ ځای

ټینګ ونیسئ او فشار پرې راولئ .

۲- وروسته پرې یوه پاکه ټوټه کېږدئ او پر بند اټړئ وتړئ

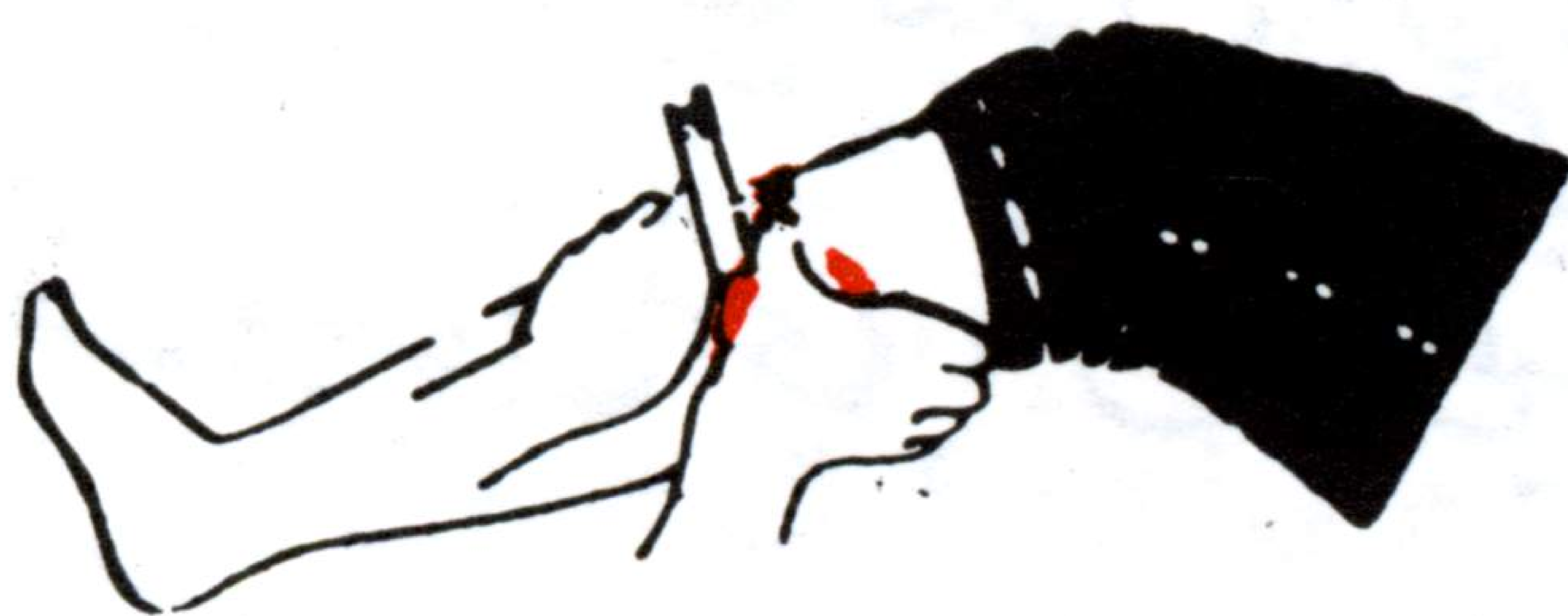


پټۍ (بنداژ) ډېره ټینګه مه تړئ ، ځکه په ټپي شوي غړي کې

د وینې بهیر کډوډ وي .

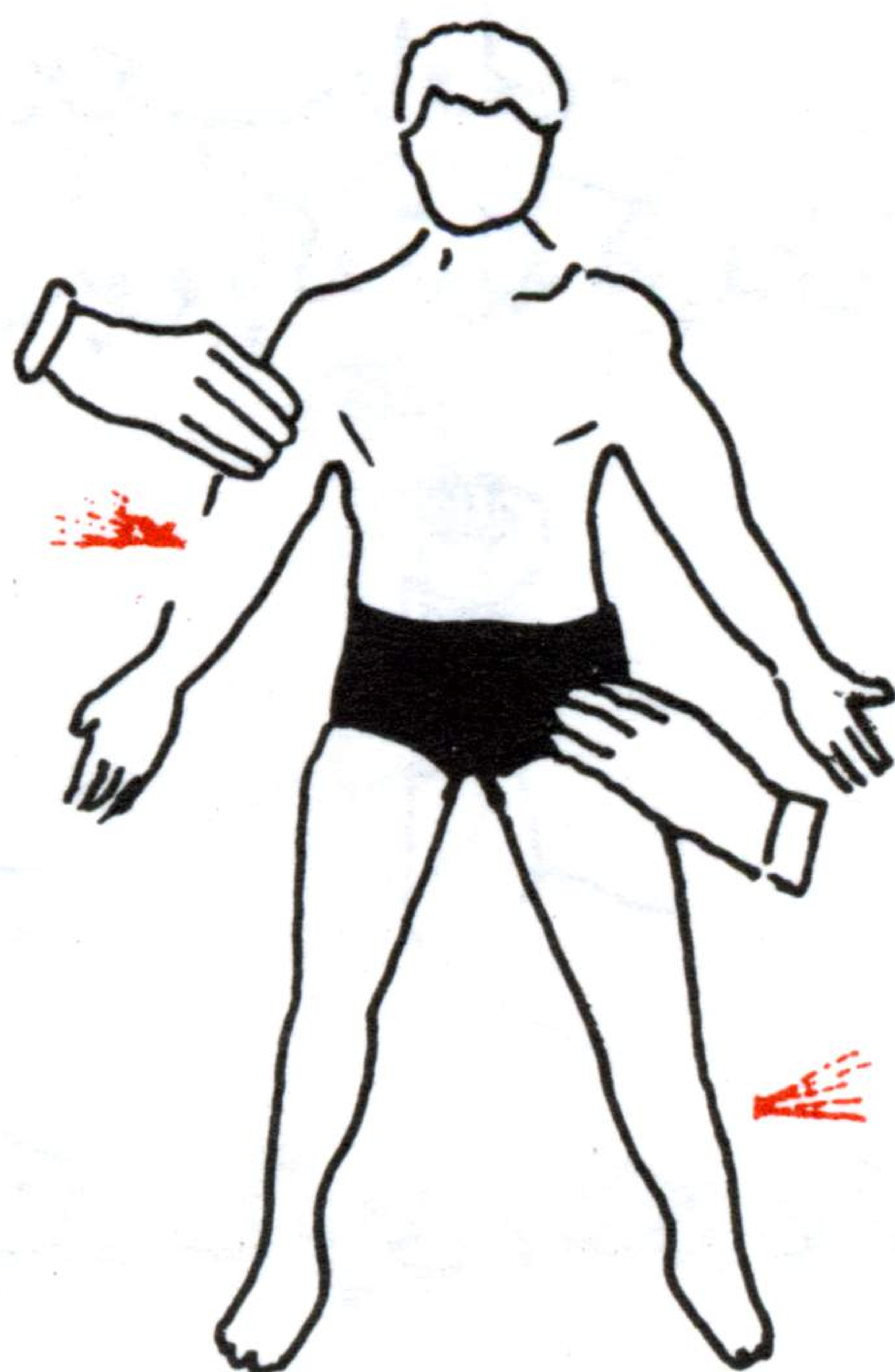
۳- باندنۍ څیز چې په بدن کې ننوتلي او ټپ یې رامنځ

ته کړی ، له خپله ځایه مه خوځوئ .



توقف خونریزی

بعضی اوقات ممکن است وارد کردن فشار بالای ورید (رگ کلان) یکطرف جسم ضرورت باشد تا اینکه خون ریزی توقف شود.



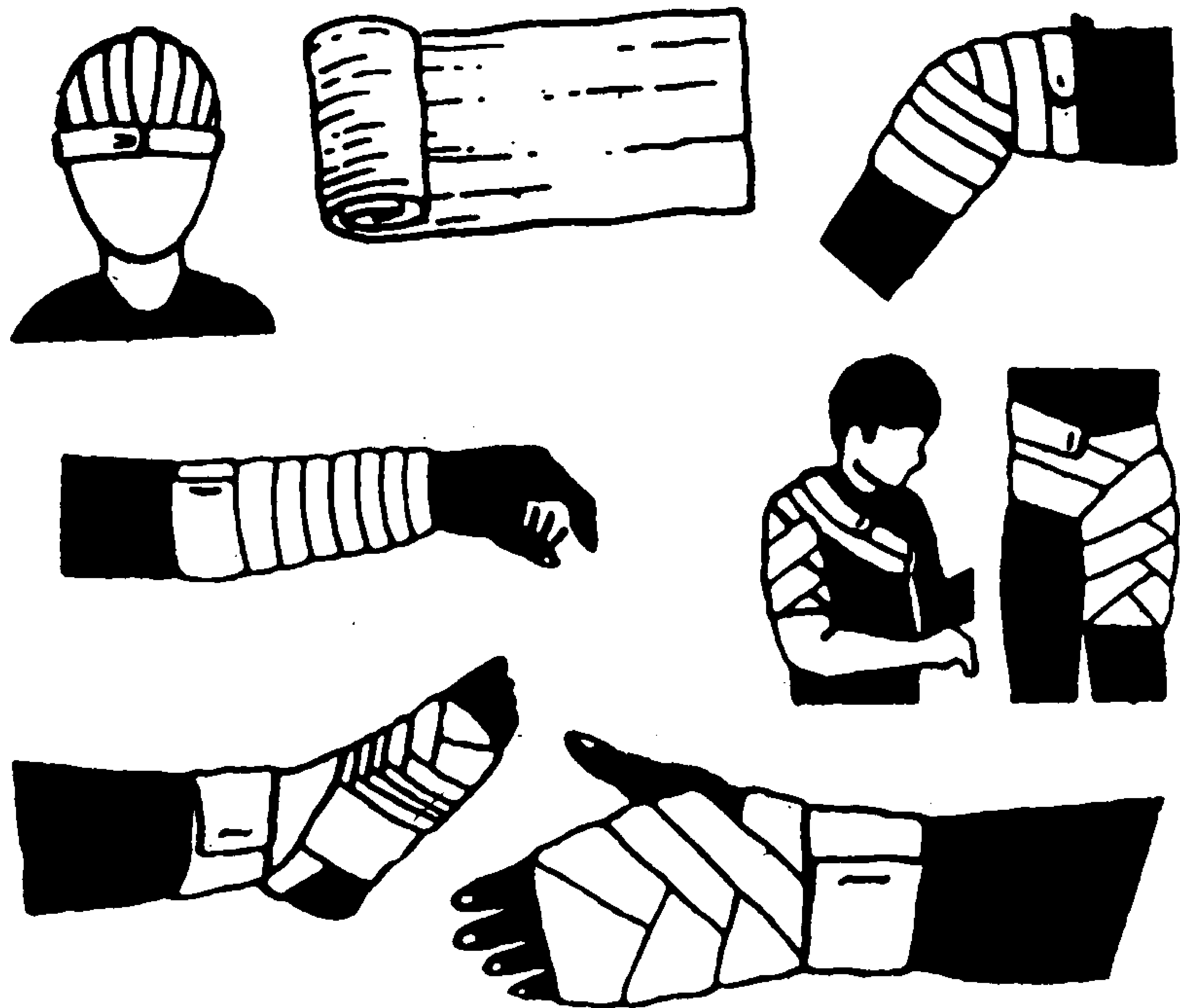
دويني بندول

کله کله د دې اړتيا ليدل کيږي چې وريد (لوی رګ)، ټينګ ونيول شي، ترڅو وينه بنده شي.

بنداژ لوله ای

اشکال ذیل را مشاهده نمائید و استعمال بنداژ لوله ای را فرا گیرید

بنداژ را طوری بسته نمائید که جریان عادی خون را مختل نسازد .



لوله اي بنداژونه

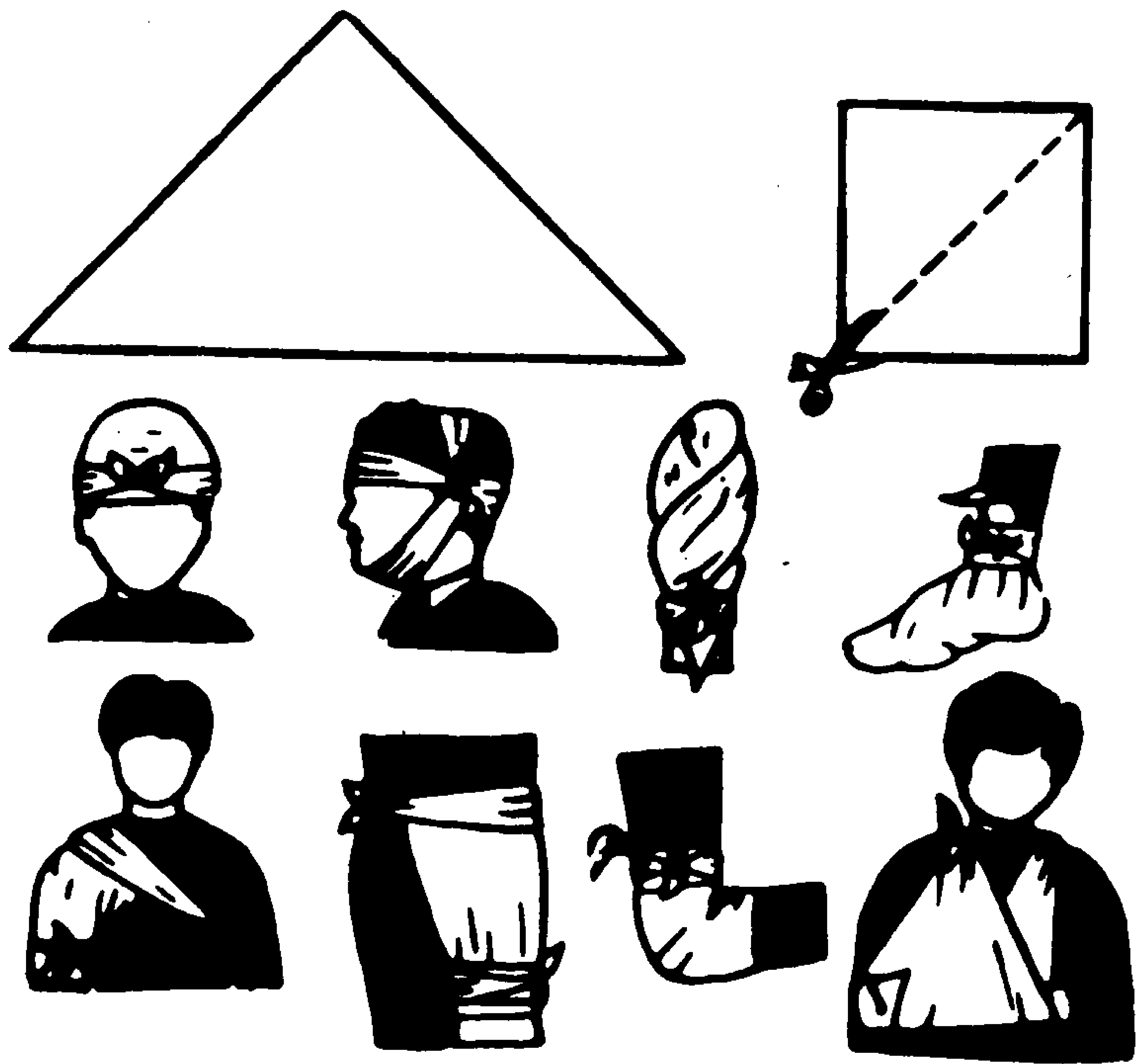
پورتني شکلونه وگورئ او د لوله اي بنداژونو

د تړلو چل زده کړئ . بنداژ داسي وتړئ چي د وینې

د جریان عادي بهیر گډ وډ نه کړي .

بنداژ مثلثی

طرز تهیهٔ بنداژ مثلثی : یک متر تکه را بگیرید و قسمیکه در رسم نشان داده شده است از وسط قات و یا قطع نمائید . (به اشکال توجه نمائید .)



مثلثي پټۍ

د مثلثي پټۍ د برابرولو لاره : يوګز ټوټه واخلئ او څنګه چې په شکل کې ښودل شوي ده په منځ يې غبرګه يا غوڅه کړئ .
(شکلونه وګورئ)

شکستگی استخوان

طریقهٔ بی حرکت ساختن عضو شکسته : دست شکسته یا پای شکسته را

به عضو سالم بسته کنید .

اگر این کار کافی نبود از یک تخته چوب ،

یک قطعه مقوی و یا چند مجلهٔ استفاده کنید و

عضو شکسته را بی حرکت سازید .

به اشکال توجه شود .



د هډوکو ماتیدل

دمات شوي غړي د بي حرکته کولو لاره : مات شوی لاس یا پښه

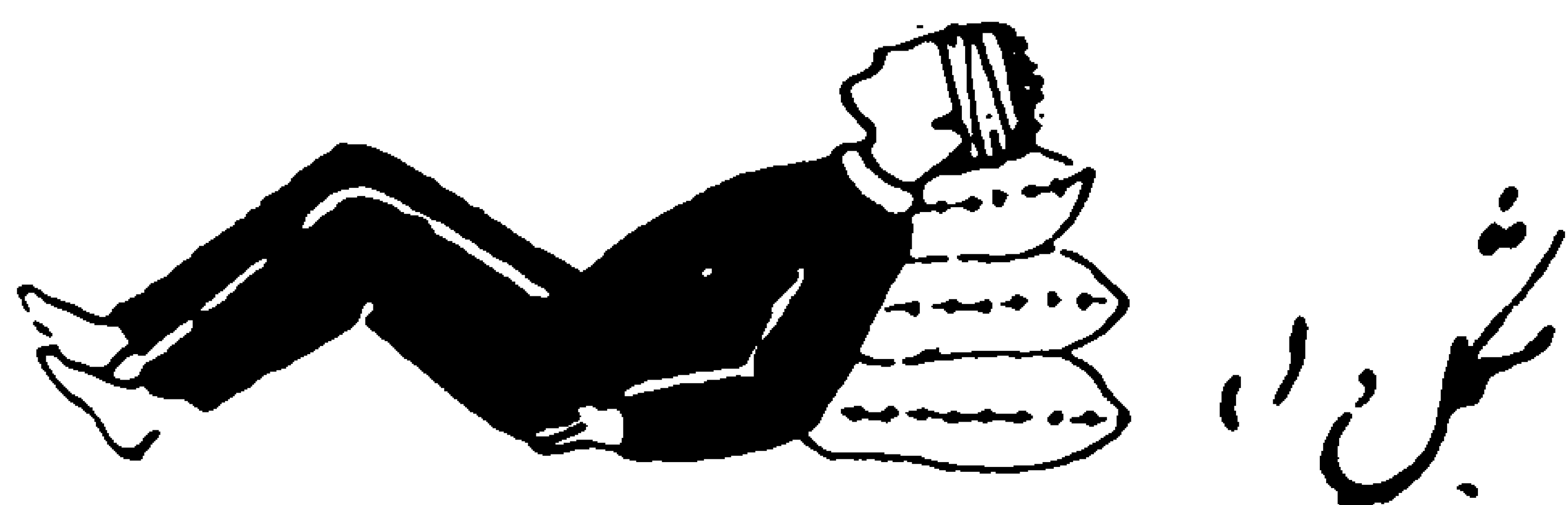
په روغو غړو پوري وتړئ که دا کار بس نشو ، له تختې ، مقوا یا څو مجلو

څخه کار واخلئ او په دې توګه مات شوی غړی بي حرکته کړئ .

(شکلو نو ته وګورئ)

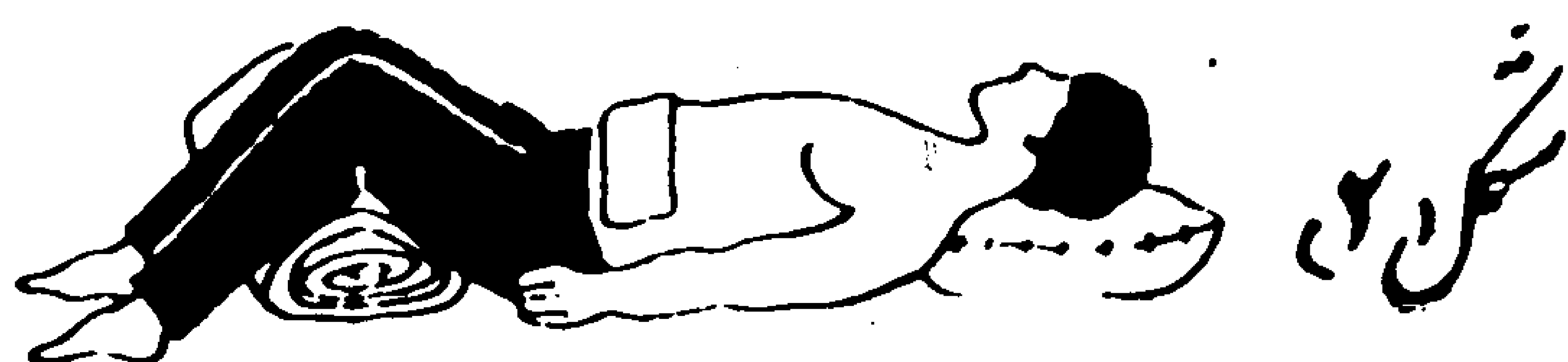
وضعیت ها

۱- هرگاه سر زخمی باشد مریض را مطابق (شکل ۱) قرار دهید.



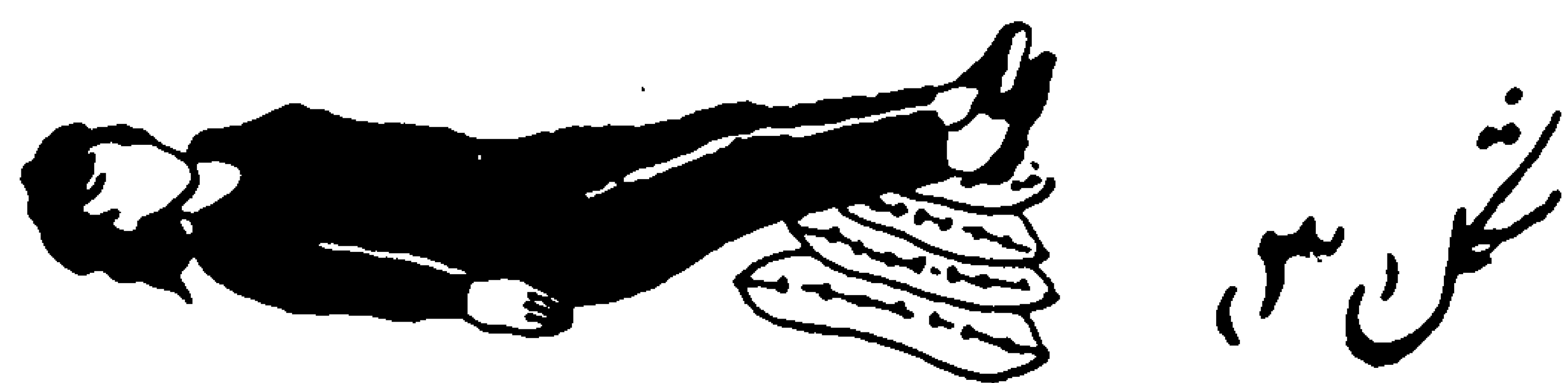
(شکل ۱)

۲- هرگاه بطن زخمی باشد مریض را به قسم (شکل ۲) قرار دهید.



(شکل ۲)

۳- هرگاه زخمی شوک یا تکان خورده باشد مریض را به قسم (شکل ۳) قرار دهید.



(شکل ۳)

وضعیتونه

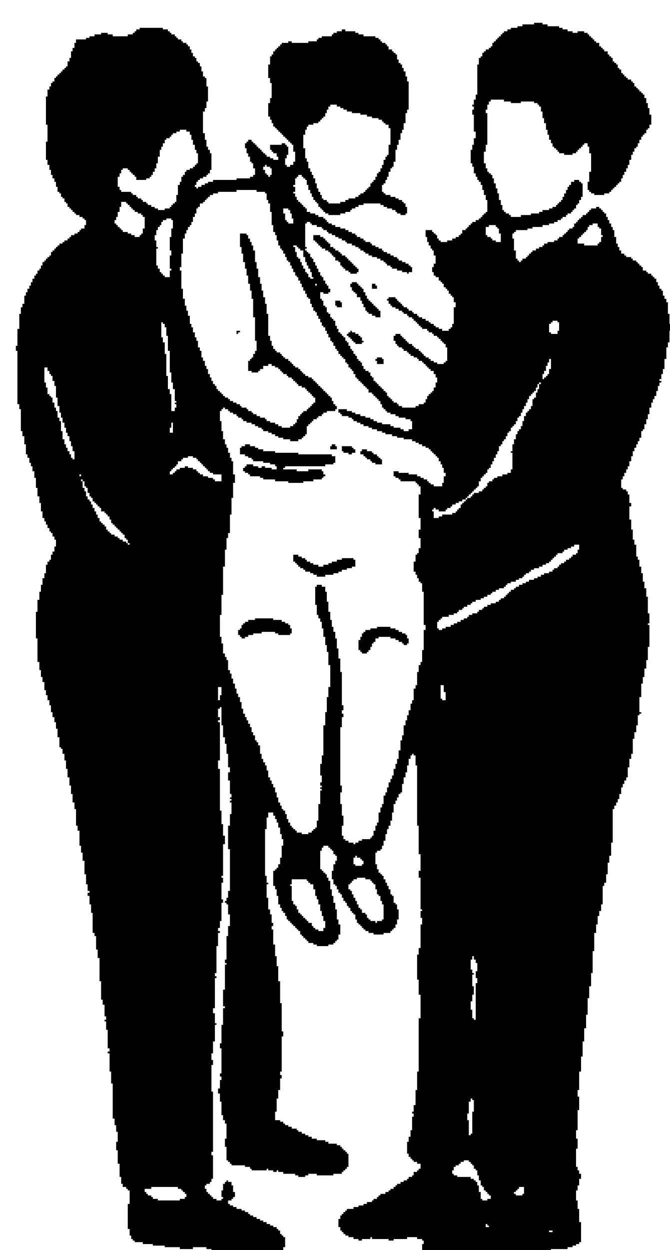
۱- کله چې تپ په سر وي ناروغ د لومړي شکل په څیر څملوئ.

۲- کله چې کېډه تپي وي ناروغ د دوهم شکل په څیر څملوئ.

۳- کله چې ناروغ بیهوښه شوی وي د دریم شکل په څیر یې څملوئ.

انتقال مجروح یا مصدوم

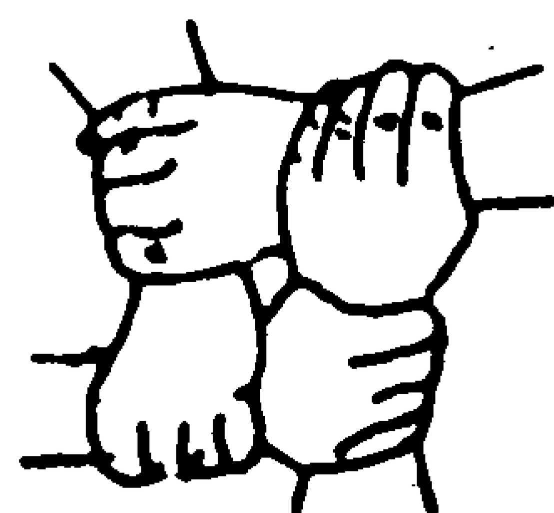
مجروح را دو نفره روی دو دست مانند شکل (۱) انتقال دهید.



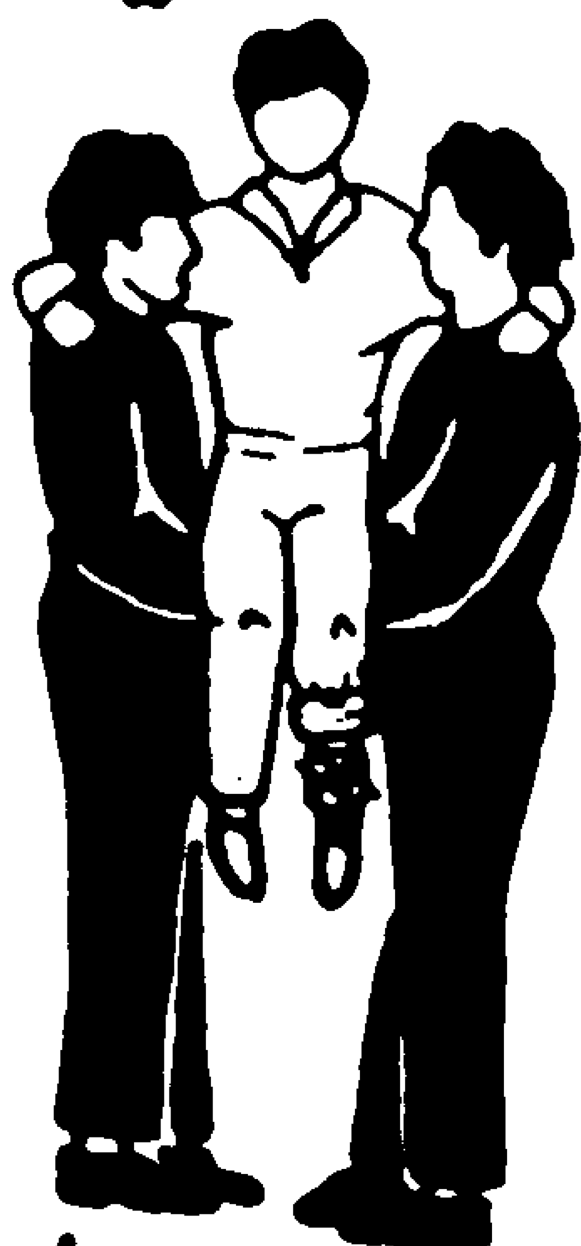


شکل (۱)

مجروح یا مصدوم را دو نفره روی چهار دست انتقال دهید.



شکل (۲)



د ناروغ یا ټپي لیږدونه

ټپي د دوو تنوله خوا په دوو لاسونو دلومړي شکل په شان ولیږدوئ. ټپي د دوو تنوله خوا په څلورو لاسونو د دوهم شکل په څیر ولیږدوئ.

مصدوم یا مجروح را به اشکال ذیل نیز انتقال داده میتوانید.

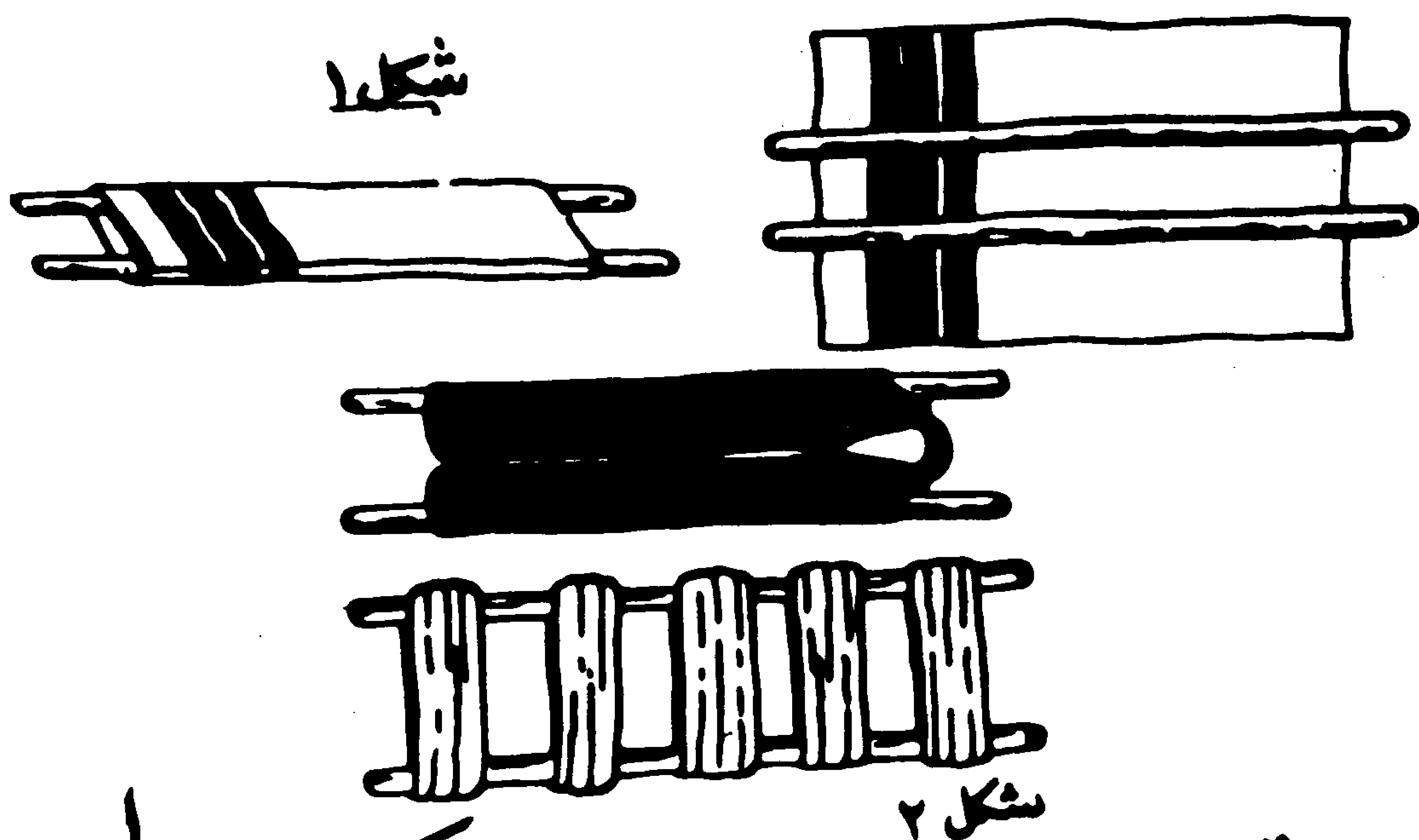
تپي د دغو شکلونو په څېر هم لیږدولای شئ.



طریق ساختن تذکره غرض انتقال مجروح

یک شال را هموار کرده آنرا بالای دو عدد چوب قات کنید شکل (۱)

از لحاف، روکش و بالاپوش نیز استفاده شده می تواند.



د ټپي د ليږد وني لپاره د تذکرې جوړول

شړۍ وغوړوئ او په دوو لرګيو باندې يې

د لومړي شکل په څېر تاو کړئ. له بړستنې، څادر او

بالاپوښ څخه هم کار اخيستل کېدای شي.

اهدای خون

خون شما حیات مردمان مجروح را نجات میدهد.

اهدای خون بالای صحت اهدا کننده خون تاثیر خطرناک ندارد.

شما میتوانید هر سه ماه بدون هیچگونه خطر خون اهدا کنید.



خون شما حیات یکنفر را از خطر نجات میدهد.



دويني وركول

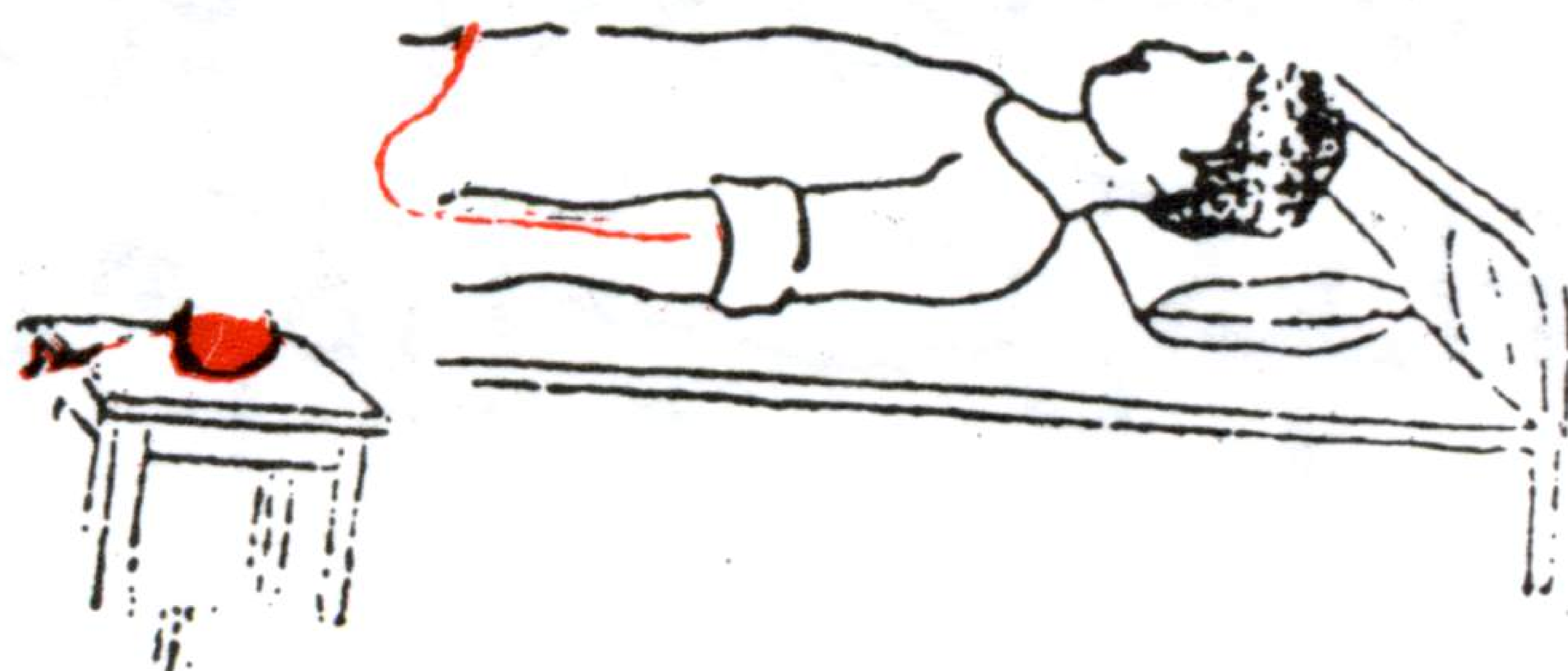
ستاسو وينه تپيانو ته ژوند وربښي. دويني وركول

دويني وركوونكو په روغتيا باندې نا وړه اغيزه

نكوي. تاسي كولای شئ له كوم خطر پرته په هر و

دريو مياشتو كې وينه وركړئ.

ستاسي وينه د يو تن ژوند له خطره ژغورلې شي.



سوختگی

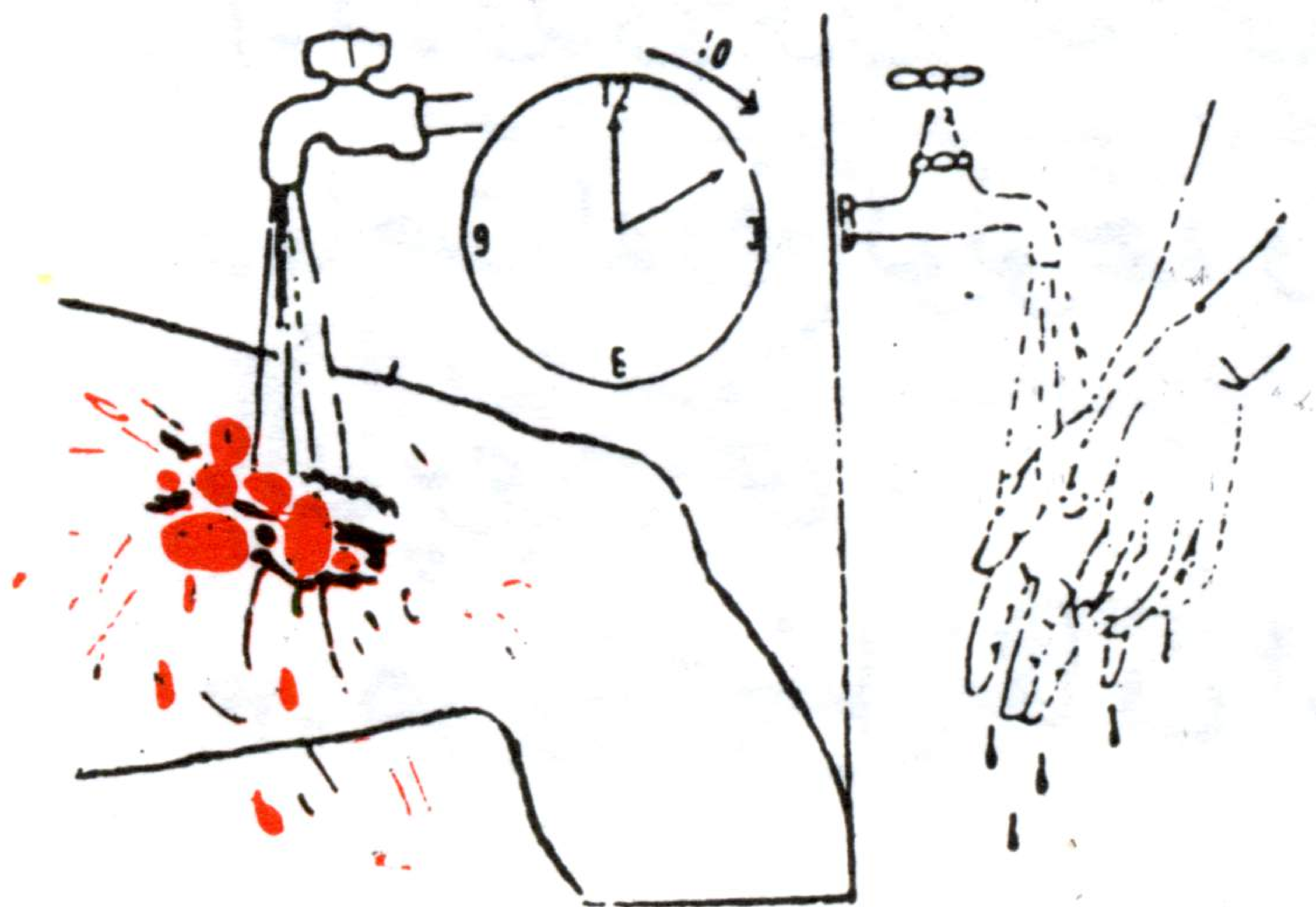
هر نوع سوختگی را برای اقلاً ده دقیقه زیر آب سرد و پاک گرفته و یا اینکه بالای آن آب سرد بریزید .

آب سرد درد را تخفیف میدهد و از پیشرفت سوختگی جلوگیری مینماید.

سوځېدل

هر ډول سوځېدلې ځای لږ تر لږه د لسو دقیقو لپاره د یخو او پاکو اوبو لاندې ونیسی، او یا داچې یخې اوبه ورباندې واچوئ .

یخې اوبه درد کموې او د سوځېدو د پراختیا مخه نیسی .





وقایه از امراض

۱- مگس و دیگر حشرات و موش ها امراض را انتشار می دهند، تمام خوراکه جات را از گزند آنها محافظت کنید.

۲- قبل از دست زدن به غذا، دست های تانرا بشوئید، زمانیکه به تشناب رفتید و رفع حاجت نمودید، دست های تانرا بشوئید.

۳- بدن و لباس های تان را مرتباً بشوئید.



د ناروغیو مخنیوی

۱- مچان، حشرې او موږکان ناروغیاوې خپروي.
دخوراك ټول شیان له هغوی څخه وساتئ.

۲- د ډوډۍ خوړلو څخه مخکې او تشناب ته له تګ او دحاجت له رفع کولو څخه وروسته خپل لاسونه پاك پرېمینځئ.

۳- هر وخت خپل ځان او کالي پرې مینځئ.

مزارشریف

جلال آباد

کابل

پشاور

هرات

افغانستان

کندهار

کویته



ICRC
PUBLICATION
KABUL 1996

کمک های اولیه



لومړني مرستي

